CEFALEA: DOLOR DE CABEZA DE LA HUMANIDAD

En reciente conferencia que dictáramos con el Dr. Carlos Vallejo en la Biblioteca Pública sobre el DOLOR DE CABEZA, surgió una pregunta entre el público acerca de la relación de la Psiquiatría con el dolor de cabeza. Responderé brevemente a esta interesante pregunta como lo hice entonces.

De cien personas que sufren de dolor de cabeza, más de setenta lo sufren por causas emocionales. La Ansiedad y la Depresión son las causas más frecuentes de dolor de cabeza crónico. La Ansiedad y la Depresión son trastornos emocionales que necesitan tratamiento psiquiátrico. Por ello en la mayor parte de los cas la Psiquiatría ayuda eficazmente en el tratamiento del problema.

Ello es evidente. Sinembargo en aquella conferencia fuimos muy claros en advertir que antes de llegar a un diagnóstico de CEFALEA TENSIONAL (nombre técnico para el dolor de cabeza nervioso), es necesario hacer un estudio médico general o especializado para descartar muchas otras causas (el restante 30 porciento) que deben tratar el Oftalmólogo, el Otorrinolaringólogo, el Neurólogo o el Internista, pues un dolor de cabeza puede ser un síntoma banal, pero puede también serlo de procesos que amenazan la vida del individuo: Hipertensión arterial, Infección, Tumores cerebrales etc. El hecho es que siempre que una persona experimenta Miedo u Hostilidad, el cuerpo sufre una serie de reacciones físicas que incluyen una tensión muscular generalizada. Dicha tensión muscular generalizada. Dicha tensión cuando es contínua (y hay muchas personas que permanentemente están ansiosas o irritadas aunque no lo reconozcan), producirá en los músculos del cuello y de la cabeza, espasmo y dolor. Este dolor causa más irritación y más ansiedad que agravan la tensión, la tensión incrementa el dolor etc. hasta que este círculo vicioso genera un dolor de cabeza permanente o muy frecuente.

El dolor puede localizarse en la parte posterior o lateral de la cabeza, suele ser más intenso a medida que progresa el dia, cede a veces con el sueño o con el reposo y aumenta con las emociones (rabias, contrariedades etc.). Puede presentarse en amas de casa abrumadas de problemas con el marido o con los hijos, en empleados bajo presión por sus altas o múltiples responsabilidades, en secretarias que se desenvuelven en ambientes de stress, en niños que expresan asi su temor ante los conflictos de los padres o ante las dificultades de la escuela.

Es más frecuente en mujeres pues ellas tienen menos oportunidad social de expresar su agresividad. El varón la expresa abiertamente y tiene más libertad para relajarse con diversiones, deportes rudos, alcohol etc. La mujer con frecuencia depende económicamente de su esposo y por ello reprime su hostilidad en los conflictos cotidianos. El dolor tensional consecuente es a la vez una manera simbólica de castigarse a sí misma y a su pareja (los humanos castigamos con dolor). Es como si dijera: "Si no me das atención, entonces preocúpate por mi enfermedad". Estableciendo asi una comunicación negativa a través de síntomas.

Es sólo un ejemplo. Otro puede ser el de un hombre perfeccionista (Obsesivo, en términos psiquiátricos) que necesita someter su vida a un orden irracional. Si las cosas no marchan como él las quiere experimentará ansiedad o irritación, tensión consecuente y a veces dolor crónico de cabeza. Si las camisas no están en un orden riguroso, si los niños desarreglaron la sala de estar o si va unos minutos tarde a la cita, serán para él tragedias psicológicas que le explotarán la cabeza por dias.

Existen otras personas que no tienen mayores problemas, pero que tienen el hábito de la Preocupación, es decir, la costumbre de sufrir por anticipado por las coas que pueden suceder y que generalmente no suceden. Asi, hay personas que ya están preocupadas por la tercera guerra, por lo que pueda pasarles cuando estén viejos o por los riesgos de perder el empleo, etc. Este sufrimiento es tonto e inútil pues no soluciona nada, excepto que da la falsa idea a quien lo padece de ser una persona más responsable y buena. Una persona asi siempre está un poco angustiada (pues son muchas las malas cosas que pueden sucedernos) y por ello puede sufrir de dolores crónicos de cabeza.

Estos tres ejemplos ilustran casos psiquiátricos, donde la intervención del especialista está indicada. Hay por su parte personas que de alguna manera disfrutan de sus dolores y sufrimientos y los mantienen por años, para manipular a los demás o para expiar sentimientos de culpa etc. En este, caso, el Masoquismo del carácter, también puede ser ayudado por la Psiquiatría!

La falta de información hace que muchas personas sigan temiendo al Psiquiatra, pues aún creen erróneamente que éste es "para los locos."

Un dolor de cabeza de toda la vida, lo padece mucha gente, que sin estar loca, con frecuencia necesita de la Psiquiatría.

DR. RAFAEL H. SALAMANCA R.
PSIQUIATRA.

ARUBA Y EXXON TA BAY SINTA NA MESA ATROBE

ORANJESTAD(AAN)— Manera ta conoci gobierno di Aruba y tambe Exxon a haci un estudio encuanto e daño cu a ser causa na naturaleza di Aruba, relaciona cu establecimento di Lago.

E siman venidero gobierno di Aruba y Exxon lo reuni pa di tanto biaha ariba consecuencianan di seramento di Lago y ta ser spera cu e biaha aki si algo positivo lo por sali afo.

Pa Bestuurscollege un experto di Grondmij. di Hulanda a haci e estudio y resultadonan di esaki lo ser delibera cu Exxon.

E reunion aki lo ta dialuna mientras cu e hefe nobo na Coral Gables lo ser introduci diavierna otro siman.

Encuanto desmantelacion di Lago no tin decision ainda y aparentemente e hefe nobo na Coral Gables lo dirigi e delegacion di Exxon cu lo sigui delibera cu Gobierno ariba e asunto aki. Lo mester evalua e asunto di desmantelacion y e punto cardinal ta kico lo bay pasa en coneccion di sushamento di ambiente y daño na naturalesa.

BECADONAN TA SALI AWE PA HULANDA

ORANJESTAD(AAN)— Awe e becadonan pa Hulanda lo viaja.

Un total di 16 joven a haya beca di gobierno di Aruba pa bay studia na hulanda y nan ta Julieta v.d. Biezen pa Bestuursambtenaar, Ilona Henriquez pa derecho, Fabiola Jansen pa Logopedista, Keneth Jong economia 1 y 2 lerarenopleiding, Nathaly van der Kuyp derecho fiscal, Igor Monzon medicinas Carmencita Nicolaas economia empresarial, Urvan Pourier geodesie, Harold Ras, stuurman KHV, Alfonso de Jesus Steenen HTS Landmeetkunde, Guillermo Martinus journalistiek, Frederick Nuboer HTS Landmeetkunde, Gwennan Boekhoudt Ingles y leterkunde, Nancy Donata Comunicacion Roderick Guerero HTS Landmeetkunde,.

Anthony Croes ta bay pa studia Hoger Financiele Bestuursambtenaar.

Sigui lesa pag. 15

SCHOOL DAYS ...are here again
Back To School
20% DESCUENTO
Ariba productonan di calidad marca:
Buster Brown, Carter, Stone Apple Tree y mucho mas.
Tambe na Rebaho :
Kit y Shoulder Bags
Riba nos lote nobo di JEANS nos tin 10 o/o
Alavez nos tin un OFERTA ESPECIAL:
pa cada compra di Fls.25,00 bo ta tuma parti den un rifa cu cual bo por gana UN VALE di Fls. 100,00 pa haci compras nan di school na Boekhandel Mariska.
Sorteo lo tuma lugar dia 13 di Augustus 1985
SALE ta cuminza dia 29 di juli te cu 17 di augustus 1985.
"A STAR IS BORN"
Nassaustraat 78, Tel. 25759

The Crunch Food 100% nutritious
MILK-BONE BRAND
for medium dogs
Dog Biscuits
NET WT 26 OZ (1 LB 10 OZ) 737 grams
MILK-BONE BRAND
Buskuchi' Kachó
PA BO KACHO TIN DJENTE SANO Y LIMPI
optenibel pa kacho chiki, mediano y grandi
NABISCO BRANDS
distr. Hector Henriquez B. Inc.
Curacao: Caracasbaaiweg 38. Tel. 613266
Aruba: Tomatenstraat 8. Tel 23821